

**PENGARUH DISTRESS EMOSIONAL TERHADAP PENILAIAN ANAK TENTANG GAYA  
PENGASUHAN ORANG TUA**

**Afrizal Qimas Chairi**

Prodi Psikologi, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

[afrizalqimaschairi04@gmail.com](mailto:afrizalqimaschairi04@gmail.com),

**Abstract**

*Emotional distress is a complex psychological condition characterized by negative symptoms such as anxiety, tension, and emotional exhaustion, which can impact the quality of interactions and parental caregiving roles toward children. This study aims to investigate the influence of emotional distress on children's perceptions of their parents' parenting style. The research method employed is quantitative, utilizing a simple linear regression approach. The sample consisted of 134 adolescents aged 13-18 years in Bekasi City, selected using non-probability sampling with a purposive sampling approach. The instruments used were the emotional distress scale based on the Kessler Psychological Distress Scale (K10) and the child assessment scale of parenting style based on the Perceptions of Parents Scale (POPS) by Grolnick et al. (1991). The analysis results indicate a significant influence between emotional distress and children's assessments of parental parenting styles, with a coefficient of determination ( $R^2$ ) of 0.578. This means that 57.8% of the variation in children's assessments of their parents' parenting styles can be explained by the emotional distress experienced by the parents. These findings indicate that the higher the level of emotional distress, the more negative the children's assessments of their parents' parenting styles. Therefore, it is important for parents to maintain their emotional health in order to fulfill their parenting roles optimally and positively.*

**Keywords:** *emotional distress, child assessment, parenting style, adolescents*

**Abstrak**

Distress emosional merupakan kondisi psikologis yang kompleks ditandai dengan gejala-gejala negatif seperti kecemasan, ketegangan, dan kelelahan emosional, yang dapat berdampak pada kualitas interaksi dan peran pengasuhan orang tua terhadap anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh distress emosional terhadap penilaian anak tentang gaya pengasuhan orang tua. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan regresi linier sederhana. Sampel penelitian berjumlah 134 remaja usia 13-18 tahun di Kota Bekasi, yang dipilih menggunakan teknik non-probability sampling dengan pendekatan purposive sampling. Instrumen yang digunakan adalah skala distress emosional berdasarkan Kessler Psychological Distress Scale (K10) dan skala penilaian anak tentang gaya pengasuhan berdasarkan Perceptions of Parents Scale

**Article History**

Received: Juli 2025

Reviewed: Juli 2025

Published: Juli 2025

Plagiarism Checker No  
77

DOI : Prefix DOI :  
10.8734/Musytari.v1i2  
.365

Copyright : Author

Publish by : Liberosis



This work is licensed  
under a [Creative  
Commons Attribution-  
NonCommercial 4.0  
International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

(POPS) oleh Grolnick et al. (1991). Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan antara distress emosional terhadap penilaian anak tentang gaya pengasuhan orang tua, dengan nilai koefisien determinasi ( $R^2$ ) sebesar 0,578. Artinya, sebesar 57,8% variasi dalam penilaian anak tentang gaya pengasuhan orang tua dapat dijelaskan oleh distress emosional yang dialami orang tua. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat distress emosional, semakin negatif pula penilaian anak terhadap gaya pengasuhan orang tua. Oleh karena itu, penting bagi orang tua untuk menjaga kesehatan emosional agar dapat menjalankan peran pengasuhan secara optimal dan positif.

**Kata kunci:** distress emosional, penilaian anak, gaya pengasuhan orang tua, remaja

1. Pendahuluan

Tekanan teman sebaya merupakan faktor penentu yang signifikan terhadap perilaku merokok pada remaja (Rochayati & Hidayat, 2015). Remaja berada pada tahap perkembangan ketika identitas dan penerimaan oleh teman sebaya menjadi hal yang sangat penting, dan karenanya mereka rentan terhadap pengaruh teman sebayanya. Literatur menunjukkan bahwa remaja dengan teman yang merokok lebih cenderung merokok daripada mereka yang tidak memiliki teman seperti itu. Hal ini disebabkan oleh keinginan untuk diterima dan menyesuaikan diri dengan kelompok sebayanya (Pratama, et al., 2023). Lebih jauh, norma sosial dalam kelompok sebaya mereka dapat memengaruhi sikap remaja terhadap perilaku merokok, sehingga merokok dapat diterima atau bahkan diinginkan. Tekanan ini mungkin tidak selalu eksplisit; dalam kebanyakan kasus, remaja ditekan untuk merokok hanya dengan mengamati teman sebayanya merokok, tanpa harus dipaksa. Kesadaran yang terbatas tentang bahaya merokok juga dapat memperkuat efek tekanan teman sebaya. Pendidikan kesehatan yang memadai, misalnya, melalui penggunaan pendekatan pemetaan pikiran, telah terbukti meningkatkan kesadaran remaja tentang bahaya merokok, dan ini pada gilirannya dapat meningkatkan daya tahan mereka terhadap tekanan tersebut (Wulandari et al., 2020). Pengaruh lingkungan, seperti ketersediaan rokok dan sikap keluarga terhadap merokok, juga menentukan perilaku merokok pada remaja (Sisilia, 2019). Intervensi berdasarkan pendidikan kesehatan dan dukungan sosial dengan demikian dapat menjadi strategi yang menjanjikan dalam pencegahan perilaku merokok di kalangan remaja .

Prevalensi remaja perokok indonesia menunjukkan tren yang cukup mengkhawatirkan. Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) yang dipimpin Kementerian Kesehatan tahun 2023, terdapat 70 juta perokok aktif di Indonesia, dan sebanyak 7,4 % berusia 10-18 tahun (Tarmizi, 2023). Kelompok usia perokok tertinggi terdiri dari kelompok usia 15-19 tahun, sebanyak 56,5 %, disusul kelompok usia 10-14 tahun, sebanyak 18,4 % (Susanti, 2024). Selain itu, data Global Youth Tobacco Survey (GYTS) tahun 2019 menunjukkan terdapat peningkatan remaja sekolah Indonesia usia 13-15 tahun sebanyak 19,2 % pada tahun 2019 dari peningkatan tahun 2016 sebesar 18,3 % (Rosadi, 2024). Peningkatan ini sebagian besar disebabkan oleh strategi pemasaran agresif dari industri tembakau yang menyasar anak dan remaja melalui media sosial dan acara-acara kepemudaan. Situasi ini menuntut perhatian serius dari berbagai pihak untuk melindungi generasi muda dari bahaya merokok dan dampak negatifnya terhadap kesehatan.

Merokok di kalangan remaja adalah masalah yang kompleks dan dipengaruhi oleh berbagai faktor psikologis, termasuk distress emosional dan penilaian anak tentang gaya pengasuhan orang tua. Distress emosional, seperti stres dan kecemasan, dapat menyebabkan remaja merokok sebagai mekanisme koping. Menurut literatur, perilaku merokok dikaitkan dengan tekanan kejiwaan pada kelompok remaja dan orang dewasa (Fauziah et al., 2020). Penilaian anak tentang gaya pengasuhan juga memainkan peran penting dalam membentuk perilaku remaja.

Gaya pengasuhan otoriter, yaitu kontrol yang ketat dan sedikit dukungan emosional, dapat mendorong remaja untuk mencari perlindungan dalam merokok. Sebaliknya, gaya pengasuhan yang demokratis, yaitu kombinasi kontrol dan dukungan, menurunkan risiko perilaku merokok di kalangan remaja (Mursiah, 2023). Namun, beberapa literatur menetapkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara gaya pengasuhan orang tua dan perilaku merokok di kalangan remaja. Variasi temuan tersebut memerlukan penelitian tambahan untuk mengklarifikasi hubungan yang rumit antara distress emosional, gaya pengasuhan orang tua, dan perilaku merokok di kalangan remaja.

Menurut Grolnick et al., (1991) menyatakan bahwa penilaian anak tentang gaya pengasuhan orang tua mendukung otonomi memberikan kontribusi yang signifikan terhadap motivasi intrinsik dan prestasi akademik anak. Mereka menjelaskan bahwa penilaian anak terhadap dukungan otonomi, keterlibatan orang tua, dan kontrol psikologis menentukan pengalaman belajar anak di rumah dan di sekolah. Orang tua yang memberikan dukungan terhadap inisiatif anak dan menghindari tekanan psikologis cenderung menghasilkan anak yang lebih termotivasi secara internal. Dukungan ini membentuk dasar bagi anak untuk mengembangkan rasa kompetensi dan kontrol diri. Gaya pengasuhan yang mendukung otonomi menjadi kunci untuk perkembangan anak yang optimal.

Gaya Pengasuhan orang tua terbukti berpengaruh terhadap pola asuh anak, interaksi dan perilaku orang tua menunjukkan gejala yang bervariasi. Pola asuh otoriter adalah pola asuh yang banyak memberikan aturan yang harus dipatuhi anak dengan penjelasan yang minim, dan komunikasi yang terjadi hanya satu arah. Pola asuh permisif adalah pola asuh yang memberikan kehangatan namun minim kontrol, yaitu orang tua terlibat secara intens namun jarang memberikan tuntutan atau aturan kepada anak, namun membiarkan anak bertindak semaunya, namun dengan banyaknya kebebasan yang diberikan kepada anak, maka kurangnya pembatasan akan menyebabkan kurangnya kontrol dan disiplin (Putra, 2020).

Distress emosional adalah keadaan psikologis yang dapat merangsang kualitas pengasuhannya bagi anak. Rasa takut, depresi, dan stres yang dialami orang tua akan menjaga kemampuan mereka dalam memberikan rasa peduli dan persamaan yang konsisten terhadap anak. Hal ini sesuai dengan penemuan Prastiyo et al. (2023) tekanan bahwa kecerdasan emosional berfungsi dalam mengendalikan perilaku, dan individu dengan kecerdasan emosional tinggi akan menguasai pengendalian diri dengan baik.

Distress emosional merupakan kondisi psikologis yang ditandai dengan munculnya gejala-gejala afektif negatif seperti kecemasan, depresi, dan ketegangan yang intens, tanpa harus terkait pada satu diagnosis klinis tertentu. Kessler et al., (2002) mendefinisikan distress emosional sebagai kondisi non-spesifik yang mencerminkan masalah kesehatan mental umum dan dapat diukur secara efektif melalui *Kessler Psychological Distress Scale (K10)*. Distress ini biasanya muncul sebagai respons terhadap tekanan hidup yang berkepanjangan atau mendalam, seperti masalah ekonomi, konflik keluarga, atau beban kerja yang berat. Kondisi ini dapat berdampak pada fungsi sosial, emosional, dan kognitif individu.

Fenomena merokok di kalangan remaja terus menjadi masalah meskipun ada peringatan keras tentang bahaya kesehatan dari merokok dan pembatasan usia pada kemasan tembakau. Salah satu faktor utama yang mendorong perilaku tersebut adalah tekanan teman sebaya, di mana remaja merasa wajib merokok agar sesuai dengan kelompok sebayanya (Santrock, 2011). Pola asuh juga memainkan peran penting dalam memengaruhi perilaku remaja. Pola asuh otoriter, yang dicirikan oleh kontrol ketat dan komunikasi satu arah, dapat meningkatkan risiko perilaku merokok remaja (Baumrind, 1991). Pola asuh demokratis, yang dicirikan oleh keseimbangan antara kontrol dan dukungan, mengurangi risiko tersebut. Distres emosional juga merupakan faktor penting, karena remaja yang sangat stres menemukan cara untuk melarikan diri dalam bentuk merokok sebagai mekanisme koping (Compas et al., 2001). Interaksi antara pola asuh orang tua dan distres emosional dapat memperkuat atau melemahkan kecenderungan remaja untuk merokok. Misalnya, remaja yang menghadapi distres emosional dan dibesarkan dengan pola asuh otoriter cenderung lebih rentan terhadap perilaku merokok dibandingkan dengan remaja yang dibesarkan dengan pola asuh demokratis.

Tujuan penelitian ini dapat diuraikan berdasarkan masalah diatas yaitu untuk mengetahui pengaruh distres emosional terhadap penilaian anak tentang gaya pengasuhan orang tua.

## 2. Tinjauan Pustaka

Menurut Grolnick et al., (1991) menyatakan bahwa penilaian anak tentang gaya pengasuhan orang tua mendukung otonomi memberikan kontribusi yang signifikan terhadap motivasi intrinsik dan prestasi akademik anak. Mereka menjelaskan bahwa penilaian anak terhadap dukungan otonomi, keterlibatan orang tua, dan kontrol psikologis menentukan pengalaman belajar anak di rumah dan di sekolah. Pola asuh dapat diartikan sebagai pola sikap dan perilaku orang tua terhadap anak saat mereka bersosialisasi dan membimbing anak. Baumrind (2013) menegaskan bahwa pola asuh melibatkan faktor kontrol dan responsivitas yang menentukan perilaku sosial, emosional, dan kognitif anak. Efektivitas gaya pengasuhan yang tepat adalah yang dapat memengaruhi harga diri, kemampuan sosial, dan kemandirian anak. Orang tua yang menggunakan keseimbangan dukungan emosional dan kontrol akan memiliki anak yang adaptif. Dengan demikian, gaya pengasuhan menjadi dasar fundamental bagi perkembangan kepribadian dan perilaku anak. Sebaliknya, gaya pengasuhan otoriter, yang ketat dan komunikatif satu arah, dapat berdampak negatif pada kehidupan emosional anak (Zumbach dan Oster, 2020).

Dari berbagai literatur yang disajikan dapat disimpulkan bahwa penilaian anak tentang gaya pengasuhan orang tua adalah gaya perilaku dan sikap yang konsisten dalam berinteraksi dengan anak, yang begitu mempengaruhi tumbuh-kembang anak secara sosial dan emosi. Setiap gaya pengasuhan menghasilkan dampak yang berbeda-beda: gaya asuh otoriter dan permisif biasanya berdampak buruk pada anak dan perkembangan anak, sedangkan gaya asuh hangat dan responsif mendukung perkembangan anak yang seimbang dan beradaptasi.

Distress emosional merupakan kondisi psikologis yang ditandai dengan munculnya gejala-gejala afektif negatif seperti kecemasan, depresi, dan ketegangan yang intens, tanpa harus terkait pada satu diagnosis klinis tertentu. Kessler et al., (2002). Distres emosional tidak hanya memengaruhi fungsi dan perilaku, tetapi juga fungsi kognitif. Stres kronis dianggap berpotensi meningkatkan kerentanan terhadap penggunaan narkoba dan kecanduan sebagai respons koping yang tidak diinginkan terhadap distres emosional. Pelarian melalui perilaku berisiko, misalnya, penyalahgunaan alkohol atau zat, kemungkinan besar akan dicari oleh individu yang menderita distres emosional (Sinha, 2008). Distress emosional juga dapat memengaruhi hubungan interpersonal dan kualitas hidup secara keseluruhan. Menurut Brännlund dan Hammarström (2014) distress emosional yang berkepanjangan dapat mengganggu fungsi sosial dan menyebabkan isolasi.

### 3. Metodologi

Metode penelitian yang digunakan dalam literatur ini adalah metode kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif diartikan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Tipe penelitian yang akan digunakan pada literatur ini yaitu studi korelasi yang bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh antara distress emosional sebagai variabel bebas dengan penilaian anak tentang gaya pengasuhan orang tua sebagai variabel terikat.

Menurut Sugiyono (2013) menyatakan bahwa variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Variabel bebas merupakan variabel yang memengaruhi atau menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel terikat. Oleh karena itu, variabel pada literatur ini menggunakan variabel-variabel sebagai berikut:

Variabel Bebas (X): Distress Emosional

Variabel Terikat (Y): Penilaian Anak Tentang Gaya Pengasuhan Orang Tua

Menurut Grolnick et al., (1991) menyatakan bahwa penilaian anak tentang gaya kepengasuhan orang tua mendukung otonomi memberikan kontribusi yang signifikan terhadap motivasi intrinsik dan prestasi akademik anak. Mereka menjelaskan bahwa penilaian anak terhadap dukungan otonomi, keterlibatan orang tua, dan kontrol psikologis menentukan pengalaman belajar anak di rumah dan di sekolah.

Distres emosional, sebagaimana didefinisikan Kessler RC et al., (2002), dioperasionalkan sebagai kondisi psikologis yang mencerminkan sifat umum dan tidak spesifik dari gejala emosi negatif.

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2013). Populasi yang akan diteliti dalam literatur ini adalah anak remaja yang berada di usia 13 hingga 18 tahun di Kota Bekasi.

Menurut Sugiyono (2013), sampel penelitian ialah komponen dari kuantitas dan spesifikasi yang dimiliki dari populasi tersebut Menurut Sugiyono (2013) literatur ini menggunakan teknik non probability sampling yang dimana tidak seluruh populasi penelitian dapat dijadikan sampel. Adapun karakteristik yang harus dimiliki pada sampel penelitian ini, yaitu berdomisili di Kota Bekasi, berusia 12 hingga 18 tahun, masih tinggal bersama orang tua, duduk ditingkat SMP atau SMA sederajat

Penelitian ini menggunakan Skala Penilaian anak tentang gaya pengasuhan orang tua pada remaja diukur dengan menggunakan skala yang telah dirancang oleh Grolnick et al., (1991) yaitu Perceptions of Parents Scale (POPS). Penelitian ini juga menggunakan *Kessler Psychological Distress Scale (K10)* yang di buat oleh Kessler et al., (2002).

### 4. Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil uji variabel demografis, nilai rata-rata variabel distress emosional menunjukkan hasil yang hampir sama antara laki-laki ( $M = 34.624$ ) dan perempuan ( $M = 34.829$ ). Demikian pula untuk penilaian anak terhadap gaya pengasuhan orang tua, rerata skor laki-laki adalah 172.978, sedikit lebih tinggi dibanding perempuan yang sebesar 168.976. Berdasarkan usia, rerata distress emosional pada kelompok usia 13-15 tahun adalah 34.981, sedikit lebih tinggi dibanding kelompok usia 16-18 tahun yaitu 34.494. Sebaliknya, skor penilaian terhadap gaya pengasuhan meningkat pada usia yang lebih tua, yaitu 173.975 untuk usia 16-18 tahun dan

168.358 untuk usia 13-15 tahun, yang mengindikasikan adanya peningkatan persepsi terhadap pengasuhan seiring bertambahnya usia.

Hasil uji normalitas Shapiro-Wilk menunjukkan bahwa nilai  $p = 0.100$ , yang berada di atas batas signifikansi 0.05. Hal ini mengindikasikan bahwa distribusi data dari kedua variabel, yaitu Distress Emosional (X) dan Penilaian Anak terhadap Gaya Pengasuhan Orang Tua (Y), mengikuti distribusi normal. Oleh karena itu, penggunaan teknik analisis parametrik seperti regresi linier dianggap tepat. Hasil uji linearitas menunjukkan signifikansi hubungan antara kedua variabel ( $p < 0.001$ ) yang berarti hubungan antara distress emosional dan penilaian anak terhadap gaya pengasuhan bersifat linear. Artinya, perubahan pada tingkat distress emosional anak cenderung diikuti oleh perubahan dalam cara anak menilai gaya pengasuhan orang tua mereka, dengan pola hubungan yang dapat digambarkan dalam garis lurus.

Berdasarkan hasil uji homogenitas menggunakan Levene's Test, diperoleh nilai signifikansi ( $p$ ) sebesar 0,741, yang jauh lebih besar dari batas signifikansi 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan dalam varians antar kelompok, sehingga dapat disimpulkan bahwa data berasal dari kelompok yang memiliki karakteristik varians yang homogen.

Dalam upaya memahami tingkat distress emosional individu, langkah pertama yang dilakukan adalah menentukan parameter statistik dasar dari skala yang digunakan. Skala distress emosional terdiri dari 10 item dengan setiap item memiliki rentang skor antara 1 (sangat rendah) hingga 5 (sangat tinggi). Berdasarkan rumus skor maksimum dan minimum, diperoleh bahwa skor tertinggi pada skala ini adalah 50 (hasil dari 10 item  $\times$  5) dan skor terendah adalah 10 (10 item  $\times$  1). Dengan demikian, rentang skor dari skala ini adalah 40 (50 - 10). Rentang ini memberikan dasar dalam mengkategorikan tingkat distress emosional secara lebih terukur. Selanjutnya, mean hipotetik atau nilai tengah teoritis dari skor ini adalah 30, yang diperoleh dari penjumlahan skor maksimum dan minimum kemudian dibagi dua ((50 + 10)/2). Nilai mean ini menjadi batas acuan penting untuk mendefinisikan level distress emosional pada subjek yang diteliti.

Selain mean hipotetik, standar deviasi hipotetik juga dihitung untuk memahami seberapa jauh penyebaran data dari rata-rata. Berdasarkan konvensi statistik dalam skala psikologis, standar deviasi ( $\sigma$ ) sering kali dihitung dengan membagi rentang skor dengan angka enam. Dalam hal ini, standar deviasi diperoleh dari 40/6 yang menghasilkan angka 6,67  $\approx$  7. Nilai ini digunakan sebagai alat bantu untuk menyusun kategori-kategori tingkat distress emosional, seperti kategori rendah, sedang, dan tinggi. Biasanya, kategori rendah ditentukan dari skor kurang dari (mean -  $1\sigma$ ), yaitu di bawah 23,33. Kategori sedang berada dalam rentang skor 23,33 hingga 36,67, dan kategori tinggi berada di atas 36,67. Dengan menggunakan pendekatan ini, peneliti dapat mengelompokkan individu berdasarkan tingkat distress emosional mereka secara objektif dan sistematis, yang kemudian bisa dikaitkan dengan variabel lain, seperti persepsi terhadap gaya pengasuhan orang tua, dalam analisis lanjutan.

Penentuan kategori distress emosional dilakukan untuk mengelompokkan individu berdasarkan tingkat emosional negatif yang mereka alami. Dalam penelitian ini, kategorisasi dibuat dengan mengacu pada nilai mean hipotetik ( $\mu$ ) dan standar deviasi hipotetik ( $\sigma$ ) dari instrumen distress emosional yang terdiri dari 10 item, dengan skor minimum 10 dan maksimum 50. Mean hipotetik ditentukan sebesar 30, sedangkan standar deviasi ditetapkan sebesar 7 (hasil pembulatan dari 40/6  $\approx$  6,67). Berdasarkan rumus standar kategorisasi, skor distress emosional diklasifikasikan menjadi tiga tingkat yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Kategori rendah diperoleh jika skor responden berada di bawah nilai  $\mu - 1\sigma$ , yaitu di bawah 23. Artinya, jika seseorang memiliki skor kurang dari 23, maka ia termasuk dalam kategori distress emosional rendah.

Sementara itu, kategori sedang mencakup individu dengan skor yang berada dalam rentang antara  $\mu - 1\sigma$  hingga  $\mu + 1\sigma$ , atau 23 hingga kurang dari 37. Ini mencerminkan bahwa individu dengan skor dalam rentang tersebut mengalami tingkat distress emosional yang masih dalam batas wajar atau sedang. Sedangkan kategori tinggi ditetapkan bagi individu yang memperoleh skor sama dengan atau lebih dari  $\mu + 1\sigma$ , yaitu 37 atau lebih. Mereka yang masuk kategori ini dianggap memiliki tingkat distress emosional yang cukup mengkhawatirkan dan berpotensi memengaruhi kesejahteraan psikologis maupun hubungan sosial. Pengelompokan ini tidak hanya membantu dalam memahami seberapa besar distress emosional yang dialami oleh individu, tetapi juga menjadi dasar untuk analisis lanjutan terhadap hubungan antara distress emosional dan persepsi terhadap gaya pengasuhan orang tua.

Penilaian anak terhadap gaya pengasuhan orang tua diukur menggunakan skala yang terdiri dari 42 aitem dengan pilihan jawaban berskala Likert, di mana skor tertinggi adalah 7 dan skor terendah adalah 1. Berdasarkan jumlah aitem valid, skor maksimum yang dapat diperoleh adalah 294 ( $7 \times 42$ ), dan skor minimum adalah 42 ( $1 \times 42$ ). Rentang skor total adalah 270 ( $294 - 42$ ), yang menunjukkan distribusi skor dari nilai terendah hingga tertinggi. Untuk memperoleh kategori pengukuran, digunakan nilai mean hipotetik ( $\mu$ ) sebesar 159, yang merupakan titik tengah dari distribusi skor, dan standar deviasi ( $\sigma$ ) sebesar 45, yang mencerminkan tingkat penyebaran skor terhadap rata-rata. Dengan pendekatan kategorisasi berdasarkan distribusi normal, maka rentang kategori ditentukan menggunakan rumus berbasis mean dan standar deviasi, seperti  $\mu \pm 1\sigma$  dan  $\mu \pm 2\sigma$ . Hal ini memungkinkan pengelompokan responden ke dalam beberapa kategori, seperti sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi, secara objektif dan terstandar. Misalnya, skor di bawah  $\mu - 1,5\sigma$  dapat dikategorikan sebagai "sangat rendah", skor antara  $\mu - 1,5\sigma$  hingga  $\mu - 0,5\sigma$  sebagai "rendah", skor antara  $\mu - 0,5\sigma$  hingga  $\mu + 0,5\sigma$  sebagai "sedang", skor antara  $\mu + 0,5\sigma$  hingga  $\mu + 1,5\sigma$  sebagai "tinggi", dan skor di atas  $\mu + 1,5\sigma$  sebagai "sangat tinggi". Pembagian ini membantu mempermudah interpretasi data penilaian anak terhadap pengasuhan orang tua secara lebih bermakna. Kategorisasi ini tidak hanya memberikan informasi kuantitatif, tetapi juga memungkinkan pemahaman kualitatif terhadap persepsi anak terhadap pola asuh yang mereka terima. Misalnya, anak-anak yang memperoleh skor dalam kategori "sangat rendah" cenderung melihat gaya pengasuhan orang tua mereka sebagai kurang mendukung, kurang responsif, atau bahkan otoriter. Sebaliknya, anak-anak dengan skor "sangat tinggi" kemungkinan besar memandang orang tua mereka sebagai sosok yang suportif, demokratis, dan responsif terhadap kebutuhan emosional dan sosial mereka.

Penilaian anak terhadap gaya pengasuhan orang tua dikategorikan menjadi tiga tingkatan berdasarkan nilai rata-rata (mean hipotetik) dan standar deviasi dari rentang skor yang tersedia. Skala pengukuran terdiri dari 42 aitem dengan nilai minimum 1 dan maksimum 7, sehingga total skor minimum adalah 42 dan maksimum 294. Rentang skor ini menghasilkan nilai tengah (mean hipotetik) sebesar 159, sedangkan standar deviasi hipotetik diperoleh dengan membagi rentang (270) dengan angka 6, menghasilkan nilai 45. Berdasarkan dua parameter tersebut, klasifikasi tingkat penilaian dilakukan dengan membagi rentang skor menjadi tiga: rendah, sedang, dan tinggi, untuk memudahkan dalam menginterpretasikan persepsi anak terhadap gaya pengasuhan yang diterimanya. Kategori rendah mencakup anak-anak dengan skor di bawah 114, yang dihitung dari pengurangan mean hipotetik dengan satu kali standar deviasi ( $\mu - 1\sigma = 159 - 45 = 114$ ). Kategori sedang mencakup skor antara 114 hingga kurang dari 204, yaitu berada dalam rentang satu standar deviasi di bawah hingga satu standar deviasi di atas mean ( $114 \leq X < 204$ ). Sedangkan kategori tinggi mencakup skor sama dengan atau lebih dari 204, yaitu ketika skor penilaian anak berada di atas rata-rata secara signifikan ( $\mu + 1\sigma = 204$ ).

Berdasarkan hasil perhitungan dan klasifikasi skor, penilaian anak terhadap gaya pengasuhan orang tua dikategorikan ke dalam tiga tingkat, yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Skor penilaian diklasifikasikan berdasarkan mean hipotetik sebesar 159 dan standar deviasi sebesar 45, yang menghasilkan batas kategori sebagai berikut: skor  $<114$  dikategorikan sebagai rendah, skor antara 114 hingga kurang dari 204 sebagai sedang, dan skor  $\geq 204$  sebagai tinggi. Berdasarkan data dari 134 responden, sebanyak 3 anak (sekitar 0%) berada dalam kategori rendah, 116 anak (31,2%) berada dalam kategori sedang, dan 15 anak (68,8%) masuk ke dalam kategori tinggi. Kategori rendah menunjukkan bahwa hanya sebagian sangat kecil anak yang menilai gaya pengasuhan orang tuanya berada di tingkat kurang baik atau minim dukungan.

Sebaliknya, mayoritas responden, yaitu hampir 69%, menunjukkan penilaian yang tinggi terhadap gaya pengasuhan yang diterima, yang berarti mereka merasakan pengasuhan yang positif, mendukung, dan cenderung responsif terhadap kebutuhan mereka. Sedangkan sekitar sepertiga anak, yaitu 31,2%, memberikan penilaian dalam kategori sedang, yang mengindikasikan bahwa gaya pengasuhan yang diterima belum sepenuhnya optimal, namun tidak berada dalam kondisi yang bermasalah. Temuan ini mencerminkan persepsi mayoritas anak terhadap pola asuh orang tua yang cenderung positif.

Berdasarkan hasil uji korelasi Pearson yang disajikan dalam tabel di atas, diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel TOTAL X dan TOTAL Y. Nilai koefisien korelasi Pearson ( $r$ ) sebesar -0,760 mengindikasikan adanya hubungan yang kuat dan bersifat negatif antara kedua variabel tersebut. Ini berarti bahwa peningkatan nilai TOTAL X cenderung diikuti oleh penurunan nilai TOTAL Y, dan sebaliknya. Korelasi negatif ini menunjukkan bahwa arah perubahan antara kedua variabel saling berlawanan. Angka -0,760 berada dalam rentang -1 hingga -0,7, yang dalam interpretasi statistik umum dikategorikan sebagai korelasi kuat. Dengan demikian, terdapat pola hubungan yang cukup konsisten dan jelas antara TOTAL X dan TOTAL Y, meskipun arahnya berlawanan. Perlu ditekankan bahwa korelasi hanya menggambarkan hubungan antar variabel, bukan hubungan sebab-akibat.

Berdasarkan hasil uji regresi linier pada tabel Ringkasan Model di atas, diketahui nilai koefisien korelasi ( $R$ ) sebesar 0,760 menunjukkan bahwa variabel bebas (distress emosional) mempunyai hubungan yang kuat dengan variabel terikat (penilaian anak tentang gaya pengasuhan orang tua). Nilai  $R^2$  sebesar 0,578, hal ini menandakan bahwa variabel distress emosional mempengaruhi variabel penilaian anak tentang gaya pengasuhan orang tua sebesar 57,8%.

Hipotesis dalam penelitian ini menyatakan bahwa terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara distress emosional dengan penilaian anak tentang gaya pengasuhan orang tua. Uji ini menggunakan analisis regresi linear sederhana. Jin (2023) menunjukkan bahwa distress emosional yang tinggi pada orang tua dapat menyebabkan gaya pengasuhan yang tidak konsisten, yang akhirnya diinterpretasikan anak sebagai gaya pengasuhan yang buruk. Penelitian oleh Sarifudin et al. (2020) juga mendukung bahwa stres pada orang tua berkorelasi dengan meningkatnya penggunaan gaya otoriter dan permisif. Dengan demikian, distress emosional berpotensi menurunkan persepsi positif anak terhadap pola asuh yang diterima. Sesuai dengan hipotesis tersebut, yaitu, adanya pengaruh negatif tekanan emosional terhadap penilaian anak tentang gaya pengasuhan orang tua, semakin tinggi tingkat distress emosional yang dialami seseorang, semakin rendah penilaiannya terhadap pola asuh orang tua.

Hasil korelasi Pearson yang ada di atas telah menunjukkan adanya korelasi negatif yang kuat dan signifikan antara kedua variabel ( $r = -0,760$ ,  $p < 0,001$ ), yang secara statistik mengonfirmasi hipotesis tersebut. Namun, jika melihat hasil klasifikasi, sebagian besar responden tergolong dalam kategori sedang baik untuk tekanan emosional (58,21%) maupun persepsi pola asuh orang tua (86,2%). Hal ini menunjukkan bahwa meskipun secara statistik korelasi negatifnya kuat, dari segi distribusi, sebagian besar responden tidak berada pada ekstrem rendah atau

tinggi, tetapi di tengah ( sedang ). Hal ini merupakan kejadian yang relatif wajar karena sebagian besar populasi memiliki tingkat tekanan dan persepsi sedang. Hal ini tidak serta merta membantah hipotesis tersebut tetapi justru menunjukkan bahwa hubungan negatif lebih tampak jelas ketika terdapat perbedaan nilai yang lebih ekstrem. Artinya, meskipun arah pengaruhnya negatif, sebagian besar responden merasakan tekanan emosional dan menganggap gaya pengasuhan berada pada tingkat menengah, sehingga pengaruh negatif dapat lebih tampak pada subsampel dengan tekanan tinggi atau rendah.

## 5. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai "Pengaruh Distress Emosional terhadap Penilaian Anak tentang Gaya Pengasuhan Orang Tua" yang dilakukan terhadap remaja usia 12-18 tahun di Kota Bekasi, maka dapat disimpulkan bahwa, terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara distress emosional terhadap penilaian anak tentang gaya pengasuhan orang tua. Artinya, semakin tinggi tingkat distress emosional yang dialami remaja, maka semakin negatif penilaian mereka terhadap gaya pengasuhan orang tua. Hal ini dapat terjadi karena distress emosional mempengaruhi cara individu memaknai dan menilai relasi interpersonal di lingkungannya, termasuk hubungan dengan orang tua. Distress emosional memengaruhi aspek-aspek seperti persepsi terhadap dukungan otonomi, keterlibatan emosional, serta kehangatan dari orang tua. Anak yang mengalami distress emosional cenderung memiliki persepsi yang lebih negatif terhadap keterlibatan dan dukungan emosional dari orang tua mereka.

## Daftar Referensi

- Baumrind, D. (1991). Baumrind 1991. In *Sage Journals* (Vol. 11, Issue 1, pp. 56-95). <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/02724316911111004>
- Compas, B. E., Connor-Smith, J. K., Saltzman, H., Thomsen, A. H., & Wadsworth, M. E. (2001). Coping with stress during childhood and adolescence: Problems, progress, and potential in theory and research. *Psychological Bulletin*, 127(1), 87-127. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.127.1.87>
- Doddy Rosadi. (n.d.). *56 Persen Perokok Aktif di Indonesia Berusia 15-19 Tahun*. <https://sisipus.katadata.co.id/berita/gaya-hidup/1574/56-persen-perokok-aktif-di-indonesia-berusia-15-19-tahun?>
- Fauziah, D. A., Ronoatmodjo, S., & Riono, P. (2020). Pengaruh Distres Emosional terhadap Perilaku Merokok Remaja di Indonesia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 12(1), 11-19.
- Grolnick, W. S., Ryan, R. M., & Deci, E. L. (1991). Inner Resources for School Achievement: Motivational Mediators of Children's Perceptions of Their Parents. *Journal of Educational Psychology*, 83(4), 508-517. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.83.4.508>
- Kessler RC, Andrews G, Colpe LJ, Hiripi E, Mroczek DK, Normand SL, Walters EE, & Zaslavsky AM. (2002). Short screening scales to monitor population prevalences and trends in non-specific psychological distress. *Psychological Medicine*, 32, 959-956.
- Laksamana Putra, D. (2020). Gaya Asuh dan Pengaruhnya Pada Perkembangan Anak. In *LM Psikologi UGM*. <https://lm.psikologi.ugm.ac.id/2020/07/gaya-asuh-dan-pengaruhnya-pada-perkembangan-anak/>

- Mursiah, A. R. &. (2023). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Kelas SMA XI DI SMAN 25 Tangerang. *Gudang Jurnal Multidisiplin Ilmu*, 1(September), 62-66.
- Prastiyo, W. A., & Muzzamil, F. (2023). Kecerdasan Emosional dan Pengendalian Diri dalam Penyebaran Hoaks Berita tentang Pengguna Gadget Mahasiswa. *Jurnal Linguanusa*, 1(2), 1-12.
- Pratama, M. A. A., Daud, M., & Firdaus, F. (2023). Peer Pressure dan Perilaku Merokok pada Remaja. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 2(4), 2-9.
- Rochayati, A. S., & Hidayat, E. (2015). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Merokok Remaja Di Sekolah Menengah Kejuruan Kabupaten Kuningan. In *Jurnal Keperawatan Soedirman* (Vol. 10, Issue 1, pp. 1-11).  
<http://jks.fikes.unsoed.ac.id/index.php/jks/article/view/587>
- Santrock, J. W. (2011). *Adolescence (13th ed.)*. McGraw-Hill Education.
- Sisilia, A. (2019). Hubungan Faktor Lingkungan Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Di Kecamatan Magepanda Kabupaten Sikka. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat*, VI(1), 70-78.
- Susanti, E. (2024). Perokok Aktif di Indonesia Tembus 70 Juta Orang, Mayoritas Anak Muda. In *Sehat Negeriku* (p. 1). <https://search.app/5jtPmm87SG7X2AEU6>
- Tarmizi, S. N. (2023). *Prevalensi Perokok Aktif di Indonesia*.  
<https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20240529/1545605/perokok-aktif-di-indonesia-tembus-70-juta-orang-mayoritas-anak-muda/>
- Wulandari, I, Aryani, A., & Suwarni, A. (2020). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Metode Mind Mapping Terhadap Pengetahuan Mengenai Bahaya Merokok pada Siswa di SMK Negeri 1 Sine Kabupaten ...* (Issue 2015, pp. 158-165).  
[http://repository.usahidsolo.ac.id/id/eprint/1101%0Ahttp://repository.usahidsolo.ac.id/1101/5/Indah Wulandari\\_BAB II\\_2017121006](http://repository.usahidsolo.ac.id/id/eprint/1101%0Ahttp://repository.usahidsolo.ac.id/1101/5/Indah%20Wulandari_BAB%20II_2017121006) - Indah Wulandari.pdf